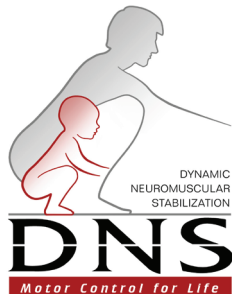


# Dynamická Neuromuskulární Stabilizace (DNS) podle Koláře:



REHABILITATION  
PRAGUE SCHOOL



---

[www.rehabps.com](http://www.rehabps.com)

**Závěrečný kurz "D": Praha 23.-26.11.2017**

**Místo konání:**

Fakultní nemocnice Motol  
Klinika rehabilitace a tělovýchovného lékařství  
minus 1. patro, uzel D  
Posluchárna č. 1  
V Úvalu 84  
150 06 – Praha 5 – Motol

**Počet kreditů SKF: 20**

**Počet kreditů UNIFY ČR: 12**

Počet účastníků: Max. 35

Větší část kurzu je praktická: s sebou nutný úbor vhodný pro praktické cvičení

Během kurzu je zajištěno malé občerstvení o přestávkách.  
Oběd je možné si zakoupit v jídelně FN Motol nebo v obchodech a občerstveních v areálu nemocnice

## Program kurzu

**Čtvrtek 23.11.2017**

**9.00 - 17.00 hod**

**Dopoledne: (9.00 – 12.30)**

**Prof. PaedDr. Pavel Kolář**

Kortikální funkce, somatognosie, vývojová dyspraxie a jejich vztah k etiologii bolestivých syndromů pohybového aparátu

Principy vývojové kineziologie ve funkční diagnostice pacientů s ortopedickou diagnózou.

Vyšetření kojenců a batolat – stanovení vývojového věku, hodnocení kvality posturálně-lokomočních vzorů

**Odpoledne: (13.30 – 17.00)**

**Mgr. Ujcová, Mgr. Čmolíková, Mgr. Havlíčková, Mgr. Nasslerová**

Úvod, opakování testování – propojení testů DNS s jinými vyšetřovacími technikami

Ucelený diagnostický náhled na hlavní problém – práce v malých skupinkách.

**Mgr. Bitnar**

Viscero-vertebrální vztahy

Funkční vyšetření a terapie pacientů s gastro-esofageálním refluxem a dalšími poruchami motility GIT

**Pátek 24.11.2017**

**9.00 - 17.00 hod**

**Dopoledne:**

**Mgr. Čakrt (9.00 – 11.00)**

Funkční vyšetření a terapie pacientů s poruchou rovnováhy

**Odpoledne:**

**Mgr. Ujcová, Mgr. Čmolíková, Mgr. Havlíčková, Mgr. Nasslerová  
(11.15 – 12.30)**

Skupinové cvičení – modifikované vyšší pozice, protažení kloubního pouzdra, vývojová řada – 2 skupiny

**Mgr. Ujcová, Mgr. Čmolíková, Mgr. Havlíčková, Mgr. Nasslerová  
(13.30-17.00)**

Praxe: práce v malých skupinkách – DNS vyšetření a terapie.

Krátký teoretický úvod do opakování sagitální stabilizace, nediferencované symetrické polohy a přechodu z nižších poloh do vyšších. Celá „flow řada“ - stoj, dřep, medvěd, na čtyřech a do opory o otevřené dlaně.

Jednotlivé vyšší pozice, korekce v dynamice. Zaměření na řízení pánve, ramen a dalších klíčových segmentů.

**Sobota 25.11.2017**

**9.00 - 17.00 hod**

**Dopoledne:**

**Mgr. Ujcová, Mgr. Čmolíková, Mgr. Havlíčková, Mgr. Nasslerová  
(9.00-12.30)**

Praktická demonstrace vyšetření a terapeutického ovlivnění posturálně-lokomoční funkce – prezentace pacienta (rozdělení do skupin které rotují u jednotlivých instruktorů)

**Odpoledne:**

**Mgr. Ujcová, Mgr. Čmolíková, Mgr. Havlíčková, Mgr. Nasslerová  
(13.30-17.00)**

Ipsilaterální vzor - flow řada - otáčení ze zad až do šikmého sedu, přetočení přes volný sed na druhou stranu a zpět na záda. Detailně pozice - odvalení na boku (otvírání dveří) - lopatka a timing vzpřimování v šikmém sedu i se zpětnou fází, řízení pánve a timing v dynamice šikmého sedu - přechod na čtyři a do medvěda

**Mgr. Ujcová, Mgr. Čmolíková, Mgr. Havlíčková, Mgr. Nasslerová**

Praxe: Páteř v ipsi a kontra vzoru teorie, rozdíl mezi ipsi a kontra vzorem, pro co jsou důležité v terapii. Diferencovaně na čtyřech a vysoký klek - kontra, směr nahoru.

Závěsný stoj – opakování, variace

**Neděle 26.11.2017**

**9.00 - 13.00 hod**

**Mgr. Ujcová, Mgr. Čmolíková, Mgr. Havlíčková, Mgr. Nasslerová**

**9.00 – 12.00:** Rozdělení účastníků do dvou skupin, o přestávce se skupiny vystřídají:

- Závěrečná zkouška (Mgr. Ujcová, Mgr. Čmolíková)
- Principy DNS v rámci sportovního tréninku (**Mgr. Nasslerová**)
- Využití DNS k aktivaci pánevního dna (**Mgr. Havlíčková**)

**12.00 – 13.00: hod – Závěrečná diskuze, předání certifikátů, závěr kurzu**

## **DNS Certifikáty**

**DNS Certifikát o účasti na kurzu "D"** obdrží posluchač po absolvování kurzu

**Diplom certifikovaného DNS terapeuta** obdrží posluchač po absolvování kurzu v případě úspěšného složení závěrečné zkoušky "D"